

Школа

ГБОУ НШ с. Арзамасцевка

Отд./корп

День

11.10.2022

| Прием пищи  | Раздел      | № рец. | Блюдо                                     | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|-------------|--------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак     | гор.блюдо   |        | Сосиски отварные с соусом                 | 100      |        | 163          |       |      |          |
|             | гор.напиток |        | Чай с лимоном                             | 204      |        | 62           |       |      |          |
|             | хлеб        |        | Хлеб пшеничный                            | 40       |        | 94           |       |      |          |
|             | гарнир      |        | Картофель отварной                        | 150      |        | 138          |       |      |          |
|             | закуска     |        | Салат из соленых огурцов с луком репчатым | 60       |        | 35           |       |      |          |
|             |             |        |   | 554      | 62,20  | 491          |       |      |          |
| Витаминизац | сок         |        | Сок фруктовый                             | 200      | 19,09  | 76           |       |      |          |
|             |             |        |   |          |        |              |       |      |          |
|             |             |        |   |          |        |              |       |      |          |
| Обед        | закуска     |        | Салат из свеклы отварной                  | 60       |        | 58           |       |      |          |
|             | 1 блюдо     |        | Суп картофельный с фасолью и зеленью      | 201      |        | 82           |       |      |          |
|             | 2 блюдо     |        | Шницель из мяса с соусом                  | 100      |        | 194          |       |      |          |
|             | гарнир      |        | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом       | 150      |        | 213          |       |      |          |
|             | сладкое     |        | Напиток из смородины                      | 200      |        | 108          |       |      |          |
|             | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                            | 30       |        | 70           |       |      |          |
|             | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                               | 30       |        | 78           |       |      |          |
|             | Итого       |        |   | 771      | 87,10  | 803          |       |      |          |
|             | Всего       |        |   | 1525     | 168,39 | 1370         | 34    | 51   | 182      |